

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 38 (1981)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Allerlei Ratschläge zur bevorstehenden Aussaat  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970055>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 15.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



### **Selbst der Ferne Osten bleibt nicht verschont**

In fernöstlichen Ländern, wo ich zusehen konnte, wie Elefanten geschult worden waren, Baumriesen geschickt zu transportie-

ren und an den dafür bestimmten Platz zu manövrieren, bestand einst die Möglichkeit, den Urwald zu schonen, aber auch dort konnte die harte Faust der unerbittlichen Technik siegen.

## **Allerlei Ratschläge zur bevorstehenden Aussaat**

Das vergangene Jahr 1980 hat uns mit kalten Tagen nicht sonderlich verschont. Auch im Tiefland war man sich darüber einig, dass sich der Winter mindestens einen Monat zu früh gemeldet hat. Schroff beendete in den Berggegenden unter dem Einfluss frühzeitiger Kälte eine Schneedecke die restlichen Gartenarbeiten. Ja selbst in tiefliegenden Gebieten, wo es kaum oder nur selten schneit, lag schon im November Schnee. Sonst war es üblich, dass für die Herbstarbeiten im Garten dort genügend Zeit verblieb, und man musste sich daher nicht beeilen, wenn man im Spätherbst die Beete für die Sämereien noch vorbereiten wollte. In der Regel waren die Nussbäume bereits entlaubt und ihre Blätter dienten zur nutzbringenden Bedeckung der Beete. Nussbaumblätter sind nämlich zum Vertreiben der Mäuse günstig, was sehr geschätzt werden kann. Aber diesmal hingen sie noch an den Bäumen, als sich der Schnee bereits meldete. Übrigens versehen auch kleine Tannenäste und Zweige der Thujahecken den gleichen Dienst, um die Mäuse in unserem Gartenland weniger heimisch werden zu lassen.

### **Moorrüben**

Bei uns sind diese Rüben zwar als Karotten bekannt, aber ihre ursprüngliche Bezeichnung lässt erkennen, dass sie auf Moorerde gut ansprechen; weshalb man die für sie bestimmten Beete nicht nur mit Kompost, sondern auch noch mit Torfmull versehen sollte, indem man diesen mit dem Kräuel oder dem Rechen gut mit der Erde vermischt. Die Aussaat des Samens sollte geschehen, solange sich noch Winterfeuchtigkeit im Boden befindet. Zuerst entfernt man natürlich die herbstliche Bedeckung von Laub, Tannen- und Thujachries und

lässt deren restliche Bestandteile dem neubeginnenen Kompost zugute kommen.

### **Lauch als Zwischenkultur**

Wir teilen nun ein Beet von 1,20 m wie folgt ein, indem wir durch dasselbe an Hand einer ausgespannten Schnur eine etwa 2 cm tiefe und 5 cm breite Rinne mittels eines Gerätstieles ziehen, und zwar beginnt man mit der ersten Reihe 10 cm vom Beetrand entfernt, worauf nach Abstand von je 25 cm vier weitere Reihen folgen, so dass die letzte Reihe wiederum 10 cm vom Beetrand entfernt sein wird. Die erste Reihe beginnt mit der Aussaat von Lauchsamen, worauf abwechselnd Karotten- und dann wieder Lauchsamen folgen, was drei Reihen Lauch und zwei Reihen Karotten ergibt. Je sparsamer, also je dünner wir säen, um so mehr ersparen wir uns die Arbeit des Verdünnens. Wer diese Notwendigkeit übersieht, beeinträchtigt die Ernte wesentlich, denn Karotten benötigen genügend Platz, um sich entfalten zu können. In der Regel zieht man sich zuerst Lauchsetzlinge, um diese dann als Zwischenkultur zwischen die zwei Reihen Karotten zu verpflanzen. Dies ist vorteilhaft, weil es auch die Karottenfliege vertreiben hilft.

### **Kampf gegen das Unkraut**

Beete, die man zur Aussaat von Sämereien zubereitet, sollten keinen Unkrautsamen aufweisen. Man sollte daher jedes Jahr hindurch das Unkraut fleissig jäten, damit es auf keinen Fall versamen kann. Auf diese Weise bleibt der Ackerboden frei von Unkrautsamen und man erspart sich dadurch das viele ärgerliche Bücken. Am besten hält man sich daher den Boden unkrautfrei, indem man ihn mit der Pendelhacke um die Gemüsepflanzen herum re-



gelmässig lockert, worauf man mit jungem Gras oder Torfmull leicht abdeckt. Auf diese Weise kommt höchst selten Unkraut hoch, mit dem man ohne grosse Mühe fertig werden kann. Nach diesem Muster können auch die anderen Sämereien ausgesät und gepflegt werden. Was das Unkraut des weiteren anbetrifft, hat man dann meistens nur noch mit einem Anflug von aussen zu rechnen. Die vorgeschlagene Mühewaltung lohnt sich, da sie Zeit und Kraft erspart. Wer nach längerer Abwesenheit ei-

nen verunkrauteten Garten antrifft, sollte streng darauf achten, Unkraut mit reifem Samen nie auf den Kompost zu werfen, da dieser Samen dort nicht verdirbt, sondern im kommenden Jahr mit der Kompostdüngung auf das Nutzland ausgesät wird, was eine lästige Mehrarbeit verursacht. Unkraut mit reifem Samen müssen wir entweder sehr tief vergraben oder durch Verbrennen vernichten, besonders, wenn es sich um Unkraut handelt, bei dem das kleinste Wurzelstück wieder ausschlägt.

### Was ist eigentlich als Gift zu bezeichnen?

Diese Frage ist voll berechtigt, wenn man bedenkt, dass wir nicht alle auf die dargebotenen Stoffe gleich ansprechen. Darum sind ja auch gewisse Prüfungsergebnisse nicht für jeden anstandslos massgebend. Wenn Tollkirschen bei Schafen keine schlimmen Folgen zeitigen, dann heisst das noch lange nicht, dass auch wir ihre Giftigkeit nicht wahrnehmen würden. Erst in der 4. Potenz sind sie für uns nützlich, was beweist, dass es bei einem Stoff stets auf die Dosierung ankommt, ob er dienlich ist oder nicht. Somit ist als Gift eigentlich all das zu bezeichnen, was dem Körper zu schaden vermag. Es ist daher leicht zu begreifen, dass es auch geistige und seelische Gifte gibt. Sprechen wir nur einmal den Ärger als ein solches Gift an, und wir werden uns in dessen Beurteilung nicht täuschen, denn alles, was uns ärgerlich berührt, kann uns auch entsprechend schaden. Man bringt in solchem Falle die entstandene Störung nicht zu Unrecht mit Galle und Leber zusammen, so dass sich also seelischer oder geistiger Schaden auch ungünstig, wenn nicht gar vergiftend auf den körperlichen Zustand auswirken kann. Es ist demnach gut, sich stets zu beherrschen, damit unser inneres Gleichgewicht nicht Schaden erleidet und diesen auf das körperliche Ergehen überträgt. Dass immer wieder Ärgerliches an uns herantreten kann, können wir, besonders in der heutigen Zeit seelischer Belastungen, nicht verhindern. Wir müssen daher stets jene Mög-

lichkeiten zu Hilfe nehmen, die uns geistig zu stärken vermögen, um die jeweilige Belastung ohne Schaden überwinden zu können.

#### Pflanzliche Gifte

Heute wollen wir zwar nicht über die erwähnten, vergiftenden Wirkungen ärgerlicher Alltagserscheinungen sprechen, sondern über jene Gifte, die aus Materie bestehen. Es ist bekannt, dass die pflanzlichen Gifte schon seit Jahrtausenden das Interesse jener Menschen beherrschten, die einerseits ihren Gegner mit dem Giftbecher loszuwerden suchten, andererseits aber auch solche, die in guter Absicht auf der Suche nach Heilwirkungen zum Wohle ihrer Mitmenschen tätig waren. So ist es nicht erstaunlich, dass sich schon in früheren Zeiten medizinische Bestrebungen auf diesem Gebiet auswirkten. Paracelsus war der Ansicht, alles sei Gift, es komme nur auf die Menge an. Die Richtigkeit dieser Aussage liegt in der Beweisführung, dass fast alle Pflanzengifte, die in grösseren Mengen das Leben von Mensch und Tier auszulöschen vermögen, in richtig dosierten, kleinen Mengen die wunderbarsten Heilmittel ergeben können. Digitalis, Strophanthus, Convallaria und noch andere Pflanzengifte sind in entsprechender Dosis lebenserhaltend, können sie doch auf diese Weise als lebensrettendes Herzmittel wirksam sein.